

**WORKSHOP 1 - ADOLESCENTI CAREGIVER, TRA CURA E BISOGNI  
«Figli di genitori con un disturbo mentale: né vittime, né eroi.  
Come eliminare lo stigma intorno alla salute mentale può salvarci tutti».**



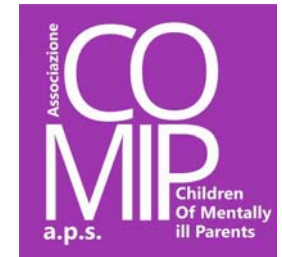
Stefania Buoni

Presidente e Fondatrice COMIP

«CHILDREN OF MENTALLY ILL PARENTS – Associazione di Promozione Sociale»



20 Novembre 2017  
«Giornata Internazionale per i Diritti  
dell'Infanzia e dell'Adolescenza»



«CHILDREN OF MENTALLY ILL PARENTS – Associazione di  
Promozione Sociale» (COMIP)

**Nasce come la prima associazione in Italia  
creata da e per i figli di genitori con un problema di salute mentale**

<http://www.comip-italia.org>  
<https://www.facebook.com/comip.italia>

# Come è iniziato tutto? Un Po' di storia...



Kinderen van Ouders met Psychiatrische Problemen



Nel 2010, per motivi personali, inizio una ricerca in internet in altri paesi, in altre lingue, e scopro per la prima volta forum dedicati ai **figli di genitori con un disturbo mentale** in cui è il loro punto di vista a essere direttamente rappresentato, non quello del genitore malato: un totale **rovesciamento di prospettiva!** Grazie a Facebook entro in contatto con figli agenti attivi di cambiamento in Canada, Stati Uniti e Australia ed iniziamo a collaborare a distanza per la causa dei **«forgotten children»**, i figli dimenticati.

# Il primo gruppo AMA italiano per figli di genitori con disturbo mentale



Nel 2011 creo, sull'esempio di analoghi gruppi di supporto online presenti in Canada e Stati Uniti,

**il primo gruppo di Auto Mutuo Aiuto online italiano esclusivamente per figli di genitori con un disturbo psichico.** E' un gruppo segreto a tutela della privacy dei propri membri, data la delicatezza e la riservatezza delle storie condivise.

Attualmente il gruppo conta oltre **380 iscritti** provenienti da tutta Italia, di età compresa fra i 14 e i 60 anni circa.

# Vancouver e la nascita di I-Dasle, «International Daughters & Sons with Lived Experience Network»



A Vancouver, in Canada, nel 2012 si tiene la prima riunione di **«International Daughters and Sons with Lived Experience»**: il network informale di figlie che nel mondo sono leader del cambiamento nei propri paesi:

Australia, U.S.A., Canada... e Italia!

Il supporto fra pari come fonte di ispirazione, rispecchiamento pratico ed emotivo potentissimo e motore di cambiamento concreto con un forte impatto anche sul sistema. Non più «Vittime», ma «Agenti Attivi di Cambiamento»!



# Né Vittime, Né Eroi: I Fantastici Quattro «Agenti Attivi di Cambiamento» di COMIP



STEFANIA BUONI  
Fondatrice e  
Presidente



GAIA CUSINI  
Vice Presidente



CARLO MICCIO  
Segretario



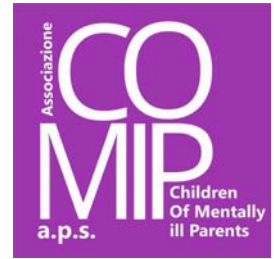
MARCO FIORE  
Tesoriere

«Animati dalla stessa passione e dalla volontà di **cambiamento**, abbiamo unito le forze e fatto nascere l'associazione che mancava! E adesso siamo pronti ad iniziare insieme a tutti voi un bellissimo viaggio verso la creazione di una rete di supporto e di sostegno per i **giovani caregiver** che crescono con una mamma o un papà (o entrambi) affetti da una malattia mentale.

**Vogliamo finalmente poter dire a gran voce: Non LasciamoCI Soli! E agire in prima persona».**

**Terni, 17 dicembre 2017**

# Si Eredita... La Malattia Mentale... O La Resilienza? Come Scrivere Tutta Un'Altra Storia



*“...credere nella possibilità  
che i ragazzi e le ragazze hanno  
di aiutarsi a far fronte  
alla sofferenza psichica dei propri genitori,  
di tirar fuori la forza della loro **resilienza**.  
Se adeguatamente sostenuti, ascoltati,  
informati e formati.””*

**Vincenzo Spadafora,  
Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza 2011-2016**



# Gli Obiettivi di COMIP - 1



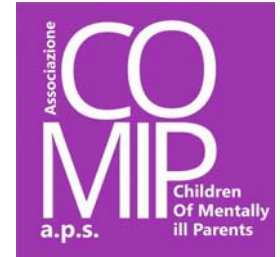
- **dare voce e rappresentanza istituzionale** ai giovani caregiver figli di genitori con un disturbo psichico, che sono spesso invisibili e non ascoltati
- **costruire strategie di supporto** e rafforzare reti estese a livello nazionale e internazionale per migliorare il benessere di figli e famiglie
- **promuovere collaborazioni** con organizzazioni, scuole, centri sportivi, centri culturali/ricreativi, servizi di salute mentale, servizi alla famiglia, istituzioni, ecc. per costruire misure a sostegno dei giovani caregiver che hanno uno o entrambi i genitori affetti da una malattia mentale

<http://www.comip-italia.org>





## Gli Obiettivi di COMIP - 2

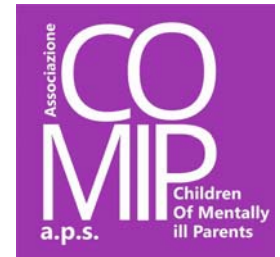


- lavorare per un approccio centrato sulla famiglia e non solo sul paziente
- formare professionisti, insegnanti e popolazione generale sui bisogni e sulle risorse dei giovani caregiver figli di genitori con un disturbo mentale
- promuovere il supporto fra pari
- dialogare con le istituzioni e collaborare a disegni di legge che tutelino i giovani caregiver figli di genitori con un disturbo psichico
- sensibilizzare con particolare riguardo in favore dei figli di persone con disturbo psichico che rifiutano la malattia e non sono seguite dai servizi o lo sono in modo discontinuo

<http://www.comip-italia.org>



## Gli Obiettivi di COMIP - 3



- **combattere lo stigma e promuovere comunicazione, informazione, resilienza e prevenzione in salute mentale fra la popolazione generale**
- **promuovere linee guida per media e giornalisti** per prevenire danni nel riportare notizie che riguardano persone con problemi di salute mentale ed i loro figli, assicurarsi che la voce dei giovani caregiver sia ascoltata nel rispetto della loro privacy e di quella delle loro famiglie

<http://www.comip-italia.org>

# Come Giornalismo e Media Possono Contribuire A Un Futuro Migliore Per I Giovani Caregiver

- Attenzione a non ricreare lo stigma nei confronti dei disturbi mentali nel raccontare notizie che coinvolgono persone che ne soffrono
  - Al sensazionalismo che fa leva soprattutto sugli aspetti drammatici/tragici, preferire uno *storytelling* che parta dalle difficoltà per mostrare anche le possibili strade per uscirne
  - Accompagnare sempre le notizie di cronaca nera legate a problemi di salute mentale con riferimenti a informazioni e/o riferimenti utili sui disturbi psichici per pazienti e familiari (es. numero verde anti-suicidio, indicazioni su dove e a chi rivolgersi se si ha bisogno di aiuto)

# Le Testimonianze di Ex Giovani Caregiver in Italia



**“L’associazione COMIP è un sogno che si realizza. E’ l’angelo custode di tutti quei bambini che sono soli, proprio come lo ero io. **E’ doveroso che io usi la mia esperienza per sensibilizzare, combattere lo stigma, aiutare questi bambini.** Quando ero piccola gli adulti – inclusi gli insegnanti – mi dicevano che era colpa mia se mia madre si era ammalata, che ero una bambina cattiva e che a mia madre era venuto l’esaurimento perché io la facevo disperare. Gli altri bambini dell’oratorio mi raccontavano che i loro genitori dicevano che casa mia era la **CASA DEI FANTASMI**. Questa è ignoranza, ed è una terribile ingiustizia. Spesso **l’ingiustizia uccide. Cose come queste non dovrebbero accadere.**”**

T., 26 anni, Italia

# Le Testimonianze di Ex Giovani Caregiver in Italia



“Molti anni fa, quando ero ancora una bambina, sognavo di trovare qualcuno con cui parlare di ciò che stava accadendo a mia mamma e nella mia famiglia. Ora il mio sogno si è finalmente avverato! **Ascoltare il notiziario della mia regione e sentire che stavano parlando dei figli di genitori con un disturbo mentale mi ha davvero commosso.**”

L., 52 anni, Italia



# La Voce dei Giovani Adulti Caregiver in Italia



***“Mentre crescevo, l’ostacolo più grande è stato comunicare una situazione tanto complessa e delicata agli altri. Mi sono sempre chiesta perché una malattia psichiatrica sia ancora così poco conosciuta e tanto stigmatizzata. Poi ho capito che se non ne parliamo, non stiamo affrontando la questione.*** Ecco perché ho deciso di parlarne, spesso, e cercare di portare le persone che evitano l’argomento, che ne hanno paura, che lo ignorano, ad approfondire questa realtà. ”

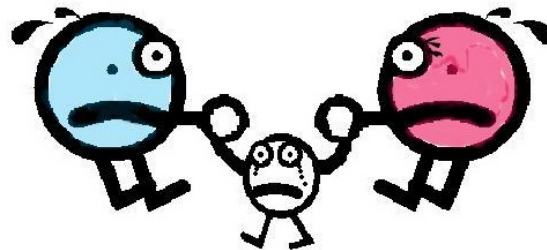
A., 24 anni, Italia

# Quali difficoltà può incontrare un figlio di un genitore con un disturbo psichico?

Compiti casalinghi



Conflitto genitoriale



Supporto emotivo al genitore



Rapportarsi con medici/ospedali/emergenze



Episodi di bullismo



Perché è così importante sensibilizzare  
al problema la società civile e i media?



**VERGOGNA – STIGMA – SENSO DI COLPA – SOLITUDINE  
LEALTA' FAMILIARE – CONFUSIONE**

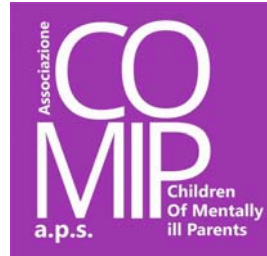
***# COME FIGLI SI CREDE DI ESSERE GLI UNICI A VIVERE QUELLA SITUAZIONE***

***# E' DIFFICILE PARLARNE CON LE PERSONE ATTORNO A SE'***

***# NON SI SENTE CHE LA PROPRIA ESPERIENZA E IL PROPRIO PUNTO  
DI VISTA SIANO DAVVERO COMPRESI***

***# IL DOVER TENERE NASCOSTA LA SOFFERENZA PSICHIATRICA DEL  
PROPRIO GENITORE IMPEDISCE DI PARLARNE E RICEVERE AIUTO***

# Cosa Potrebbe Essere Di Aiuto?



## **UN APPROCCIO TRANSGENERAZIONALE:**

includere l'intera famiglia nel quadro, non soltanto chi ha la malattia

## **COINVOLGERE PIU' ATTORI SOCIALI IN UNA STRATEGIA PER SUPPORTARE I GIOVANI CAREGIVER:**

non soltanto dunque i professionisti generalmente chiamati in causa,  
ma anche la società civile più allargata (mondo dello sport, della  
musica, della cultura, ecc.)

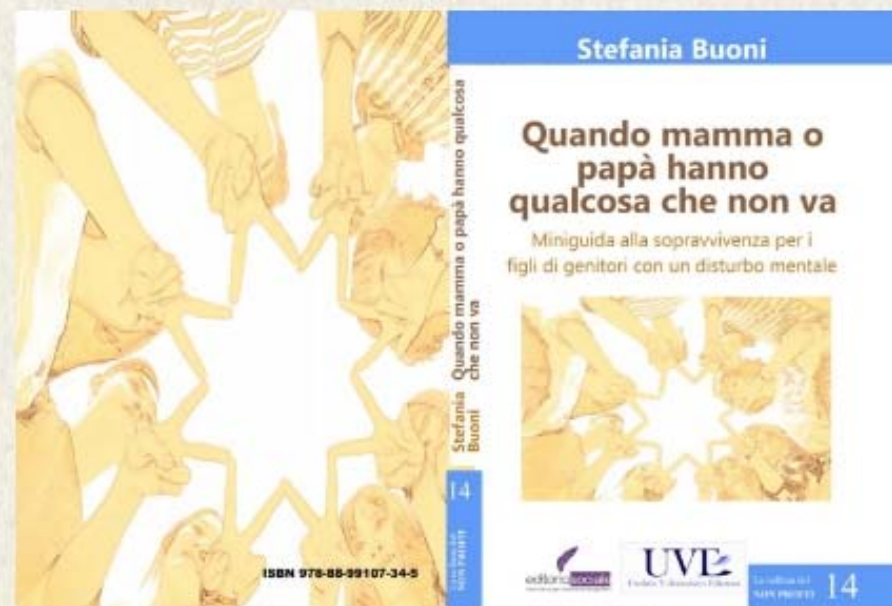
## **PARLARE DI SALUTE MENTALE COME QUALCOSA CHE CI RIGUARDA TUTTI E DI CUI TUTTI DOBBIAMO PRENDERCI CURA:**

diffondere informazioni sulle storie di chi ce l'ha fatta può  
incoraggiare gli altri a cercare aiuto; creare una cultura della salute  
mentale in chiave preventiva e come diritto umano fondamentale di  
ogni cittadino contribuirà ad una advocacy più efficace per  
pretendere maggiori investimenti pubblici in questo settore

# «Quando Mamma O Papà Hanno Qualcosa Che Non Va»: la prima miniguida alla sopravvivenza per figli di genitori con un disturbo mentale

## PER PORTARE UN PO' DI LUCE DOVE PRIMA C'ERA IL BUIO UN LIBRO PENSATO CON IL CUORE

*'Perché questo libro? Perché di malattia mentale genitoriale si parla ancora troppo poco e a farne le spese sono quasi sempre i più vulnerabili, sia per motivi anagrafici che per motivi giuridici: i figli. Questo vuole essere un primo passo nella direzione di rendere questa tematica sempre meno tabù e favorire un dialogo sereno e aperto volto non alla colpevolizzazione del genitore che vive una condizione di sofferenza mentale, ma a comprendere come attrezzarsi per farvi fronte. Un primo squarcio nel muro del silenzio rivolto in particolar modo a ragazzi e ragazze i cui genitori non hanno consapevolezza di malattia e/o rifiutano le cure'. STEFANIA BUONI*

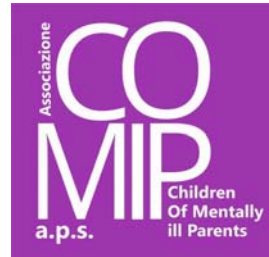


Sostieni il progetto!

<https://buonacausa.org/cause/libro-quando-mamma-o-papa-hanno-qualcosa-che-non-va>



# «Quando Mamma O Papà Hanno Qualcosa Che Non Va»: la prima miniguia alla sopravvivenza per figli di genitori con un disturbo mentale



Stefania Buoni

## Quando mamma o papà hanno qualcosa che non va

Miniguia alla sopravvivenza per i figli di genitori con un disturbo mentale



editore sociale  
Centro Servizi per il Volontariato Umbro

UVE  
Umbria Volontariato Edizioni

La collana del  
NON PROFIT 14

Publicato grazie al servizio di Editoria Sociale del Cesvol, il Centro Servizi per il Volontariato della Provincia di Terni, è **un primo strumento di supporto per minori, giovani adulti e adulti che si confrontano con la sofferenza psichica del proprio genitore**, ma anche un importante strumento di sensibilizzazione e informazione della rete sociale estesa, formale ed informale.

**Obiettivo è creare un contesto sociale accogliente, comprensivo e non giudicante sia per i figli che per i loro genitori, favorire la prevenzione e prevenire il rischio di isolamento e solitudine.**

Rompere un tabù che dura da decenni e farlo dal punto di vista di chi ha vissuto e vive in prima persona le conseguenze di quel tabù.

Sostieni il progetto!

<https://buonacausa.org/cause/libro-quando-mamma-o-papa-hanno-qualcosa-che-non-va>



**GRAZIE**



comip.italia



comip.italia



comip\_italia



Comip Italia

[stefania.buoni@comip-italia.org](mailto:stefania.buoni@comip-italia.org)

<http://www.comip-italia.org>